

**Δικτυωμένη Πόλη**  
**Πρόγραμμα διαδικτυακών συναντήσεων**

**1. Η ένταξη της Θετικής Ψυχολογίας στη ζωή μας – Δρ. Χρήστος Μπιμπίτσος**

Σάββατο 9 Μαΐου 2020, ώρα 19.00-21.00

Μία συνοπτική εισαγωγή στη φιλοσοφία και τις τεχνικές της ψυχολογίας της ευημερίας, με στόχο την αξιοποίησή της για τη βελτίωση της ποιότητας της ζωής μας. Η προσέγγιση είναι συμμετοχική και αλληλεπιδραστική, εφαρμόζοντας στην πράξη μερικές από τις πιο γνωστές και καθιερωμένες τεχνικές της θετικής ψυχολογίας και συζητώντας τα αποτελέσματα με τα μέλη της ομάδας.

**ΟΜΑΔΑ ΣΤΟΧΟΣ :** Απευθύνεται σε ενήλικες που θέλουν να γνωρίσουν βασικά στοιχεία για τη φιλοσοφία και τις τεχνικές της ψυχολογίας της ευημερίας, με στόχο την αξιοποίησή της για τη βελτίωση της ποιότητας της ζωής τους.

**ΣΥΝΤΟΜΟ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ:** Ο Δρ. Χρήστος Μπιμπίτσος είναι Συμβουλευτικός Ψυχολόγος, εκπαιδευτής ενηλίκων και συγγραφέας. Είναι Πρόεδρος και Διευθύνων Σύμβουλος του Κοινωνικού Οργανισμού "The Orange Bus" (Ινστιτούτο Συμβουλευτικής, Δημιουργικής Επικοινωνίας και Έκφρασης + Ψυχομετρίας), με έδρα την Έδεσσα.

**2. Ψυχική υγεία εφήβων με και χωρίς μαθησιακές δυσκολίες στο σχολικό περιβάλλον- Φίλιππος Παπάζης**

Σάββατο 16 Μαΐου 2020, ώρα 19.00-21.00

Η ψυχική υγεία των εφήβων μαθητών επηρεάζεται από διάφορους περιβαλλοντικούς παράγοντες, όπως είναι η οικογένεια, το σχολείο, οι συνομήλικοι και οι σημαντικοί άλλοι από το ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον. Σκοπός αυτού του σεμιναρίου είναι να αναδειχθούν τα χαρακτηριστικά της κοινωνικοσυναισθηματικής ανάπτυξης των εφήβων μαθητών. Επιπροσθέτως, θα συζητηθεί η ύπαρξη των μαθησιακών δυσκολιών και κατά πόσο αποτελεί εμπόδιο και παράγοντα κινδύνου της ψυχικής υγείας των εφήβων. Στο τέλος, θα γίνει μια μικρή αναφορά ως προς τον βαθμό επίδρασης της πανδημίας covid-19 στους εφήβους, αλλά και μια προσπάθεια να επαναπροσδιοριστεί η συνθήκη «Μένουμε Σπίτι με έναν έφηβο αναδεικνύοντας και τα πιθανά οφέλη που προκύπτουν».

**ΟΜΑΔΑ ΣΤΟΧΟΣ:** Απευθύνεται κυρίως σε γονείς εφήβων και εκπαιδευτικούς πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας καθώς και σε δασκάλους ε' και στ' ταξης δημοτικού.

**ΣΥΝΤΟΜΟ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ :** Ο Φίλιππος Παπάζης είναι εκπαιδευτικός/σύμβουλος ψυχικής υγείας. Έχει σπουδάσει παιδαγωγικά, ειδική αγωγή και συμβουλευτική ψυχολογία. Έχει εργαστεί πολλά χρόνια

με μαθητές τόσο γενικής αγωγής όσο και με μαθητές με μαθησιακές δυσκολίες. Ήταν επιστημονικός συνεργάτης της Εφηβικής Ιατρικής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών στη συμβουλευτική εφήβων και στη συμβουλευτική γονέων με παιδιά στη εφηβεία. Επίσης, έχει συνεργαστεί και με το ΚΕΘΕΑ σε συμβουλευτικό επίπεδο σε θέματα που αφορούν τις εξαρτήσεις εργαζόμενων ενηλίκων. Παράλληλα φοιτά στη Μονάδα Οικογενειακής Θεραπείας του Νοσοκομείου «Δαφνί» στη συστημική οικογενειακή θεραπεία. Έχει συμμετάσχει σε πολλά συνέδρια και ημερίδες ως εισηγητής και έχει πολλές δημοσιεύσεις που αφορούν τα παιδιά και τους εφήβους (γενική και ειδική αγωγή), καθώς και με τη συμβουλευτική παιδιών και εφήβων.

### **3. Η συναισθηματική νοημοσύνη, ως ατομικός προστατευτικός παράγοντας ανθεκτικότητας και ανάπτυξης – Εύη Ροδά**

Σάββατο 23 Μαΐου 2020, ώρα 19.00-21.00

Ενώ η λογική δίνει τη δυνατότητα στον άνθρωπο να κρίνει τις καταστάσεις με αντικειμενική ακρίβεια, τα συναισθήματα είναι αυτά που τον καθιστούν ικανό να κατανοεί και να συναισθάνεται την ανθρωπινή του διάσταση.

Οι θετικές αλληλεπιδράσεις στην κοινωνική ζωή και στις σχέσεις καθώς και οι καλές επαγγελματικές επιδόσεις επιτυγχάνονται στις μέρες μας από άτομα που διαθέτουν (πέρα από τη γνώση του αντικειμένου εργασίας ή την υψηλή γνωστική νοημοσύνη τους – I.Q.) και μη γνωστικές ικανότητες και προσόντα.

Μόλις τις τελευταίες τρεις δεκαετίες αναδύθηκε η έννοια της Συναισθηματικής Νοημοσύνης (E.Q) που επιδιώκει να εξηγήσει τις διάφορες συμπεριφορές και αντιδράσεις των ανθρώπων.

Ως μία νοητική ικανότητα με την οποία αξιολογούνται πληροφορίες ή καταστάσεις συναισθηματικού περιεχομένου, η Συναισθηματική Νοημοσύνη αποτελεί έναν σπουδαίο προστατευτικό παράγοντα Ανθεκτικότητας και ενίσχυσης του ατόμου, ιδιαίτερα σε περιόδους κρίσης.

ΟΜΑΔΑ ΣΤΟΧΟΣ: Απευθύνεται σε ενήλικες που θέλουν να γνωρίσουν βασικά στοιχεία για την έννοια της Συναισθηματικής Νοημοσύνης , να την αντιληφθούν ως νοητική ικανότητα και ως σημαντικό προστατευτικό παράγοντα ανθεκτικότητας και επαγγελματικής ανάπτυξης.

ΣΥΝΤΟΜΟ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ : Η Εύη Ροδά είναι Εκπαιδευτικός, πτυχιούχος Νομικής ΑΠΘ, MSc στην Εκπαιδευτική Διοίκηση και Ηγεσία, Υπ. Σύμβουλος Σταδιοδρομίας, Υπ. Εκπαιδύτρια Ενηλίκων Δημόσιος Υπάλληλος ΠΕ Διοικ.-Οικον. στο Πα.Μακ.